

70 %, na ktorých záleží.



Čísla sú všade. Vďaka nim funguje systém a vďaka systému neprevláda chaos. Viete, že existuje číslo, ktoré ovplyvňuje náš zdravotný stav?

Sústredte sa na svoje brucho.

Predstavte si, že v ňom máte stočenú trubicu dlhú 5 až 6 metrov. Vnútrotnú časť trubice tvoria rôzne výbežky a riasy, ktoré niekoľkonásobne zväčšujú jej vnútrotný

povrch. Výsledkom je obrovská plocha s veľkosťou 300 až 400 m², čo predstavuje plochu väčšiu než tenisový kurt. Áno, to je vaše črevo. Nereálne? Čítajte ďalej.

Mnohí z nás si myslia, že črevo je len tráviaci a vylučovací orgán. Opak je však pravda. Črevo súčasne predstavuje najväčší imunitný orgán v tele. Nachádza sa v ňom až 70 % nášho imunitného systému.

Ako to celé funguje?

Povedzme, že pod povrchom črevnej sliznice ležia zhluky lymfatického tkaniva, v ktorých sa nachádza obrovské množstvo „bojovníkov“, čiže imunitných buniek, ktoré sú ustavične v strehu a zodpovedne monitorujú všetkých nepriateľov nášho organizmu. V prípade preniknutia nepriateľa do tela okamžite zasiahnu a zároveň informujú o obrannej reakcii aj „zvyšné vojsko“, ktoré je rozmiestnené v ostatných častiach nášho tela (zvyšných 30 % imunitných buniek).

Naša „armáda“ tak vďaka skvelej komunikácii zlepšuje celkovú obrannú schopnosť organizmu a je pripravená na útoky nepriateľa, ktorý zväčša

prichádza nečakane a bez varovných príznakov. Časté zmeny počasia, zvýšená pracovná záťaž, stres, citové rozpoloženie, zlá životospráva, nepravidelné stravovanie, častá konzumácia antibiotík – to všetko však môže viesť k narušeniu črevnej mikroflóry, čím klesá aj obranná schopnosť našej armády v črevách.

Rozmýšľate, čo sa s tým dá robiť?

Existuje živý mikroorganizmus, ktorý sa nazýva *Lactobacillus casei* Imunitass®. Objavili ho pred 15 rokmi vo Francúzsku. Je veľmi rozumný, pretože dokáže pôsobiť na črevnú mikroflóru a súčasne pomáha zlepšiť imunitnú činnosť črevnej sliznice. Pôsobí teda práve tam, kde je sústredená hlavná časť nášho imunitného systému. Pokiaľ sa užíva pravidelne každý deň, preukázateľne posilňuje obranné schopnosti nášho tela.

Živá probiotická kultúra *L. casei* Imunitass® sa nachádza jedine v probiotickom mliečnom nápoji Actimel a je patentovo chránená. Actimel na Slovensku odporúča aj Slovenská pediatricka spoločnosť SLS.

Viac informácií nájdete na www.actimel.sk

Prof. Roy Fuller
vyslovil roku 2002 deň nícii probiotík.
Bol čestným hosťom 3. Medzinárodnej
probiotckej konferencie v Tatrách,
na ktorej sa zúčastnilo 200 odborníkov
z 56 krajín sveta. Hlavným partnerom
konferencie bola aj spoločnosť Danone,
ktorá prezentovala najnovšie výsledky
vedeckých štúdií s výrobkom Actimel.

